فقر الدورة الشهرية في سـوريا والأردن

تقرير إقليمي حول معرفة النساء وتجربتهن مع الدورة الشهرية

حزيران ٢٠٢٤

١. مقدمة البحث

فقر الدورة الشهرية هو مصطلح يستخدم بشكل متزايد للإشارة إلى انعدام الصحة والنظافة أثناء الحيض وسوء «إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض.»[1] فتُعرف منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف) «الصحة والنظافة أثناء الحيض» بأنها القدرة على إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض، بالإضافة إلى توفر العوامل الأساسية الأخرى كالوصول إلى المعرفة وتوافر المنتجات الصحية للدورة الشهرية بشكل آمن، وإمكانية الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية ومرافق الصرف الصحي والتعقيم، ووجود أعراف اجتماعية إيجابية متعلقة بالحيض، والقدرة على التخلص الصحي من مخلفات الدورة الشهرية. حيث يؤثر فقر الدورة الشهرية على النساء على مستوى العالم ويعرضهن لتحديات جسدية ونفسية وعاطفية.[2]

تركز الأبحاث الحالية حول فقر الدورة الشهرية على ثلاثة مجالات محددة يمكن من خلالها تحسين إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض: المعرفة الفردية، البيئة الاجتماعية، والبيئة المادية.[3] يكشف هذا التحديد عن التحديات الرئيسية المتعلقة بإدارة النظافة الصحية أثناء الحيض، مما يفتح مسارات جديدة لكيفية معالجة هذه التحديات. حيث تتضمن المعرفة الفردية التعليم المقدم للنساء والفتيات اللاتي يحضْ وكذلك الرجال والفتيان فيما يتعلق بالصحة الإنجابية ودورة الحيض. فيما تشمل البيئة الاجتماعية المحظورات والخرافات المتعلقة بالحيض، والجهود المبذولة لمكافحة المعلومات الخاطئة الشائعة والشعور بالخجل والإحراج المرتبط بها. أما البيئة المادية فتشمل المنتجات المستخدمة من قِبل النساء والفتيات خلال دورتهن الشهرية مثل الفوط والسدادات القطنية، وخصوصية ونظافة المرافق الصحية لإدارة النظافة الصحية أثناء الحيض في أماكن العمل والمدارس والأماكن العامة الأخرى، بالإضافة إلى الأدوية اللازمة لإدارة الشعور بالألم.

فقر الدورة الشهرية في الشرق الأوسط

أظهر تقرير حديث أن أكثر من ٥٠٠ مليون امرأة وفتاة حول العالم ليس لديهن ما يحتجْن إليه للحفاظ على صحتهن أثناء الحيض،[5] ومن بينهن حوالي ١٠٧ مليون امرأة وفتاة عربية،[6] وحوالي ١٦ مليونًا منهن يعيشن في أوضاع إنسانية صعبة لفترةٍ طويلة الأمد.[7] تتنوع هذه التحديات بناءً على الموقع الجغرافي والخلفية الاجتماعية والاقتصادية في كل من الأردن وسوريا، مع تعرض النساء في سوريا للآثار السلبية الإضافية للنزاع والنزوح. تتناول هذه الدراسة بعض التجارب المشتركة والمتنوعة لفقر الدورة الشهرية بين النساء في سوريا والأردن.

---

[1] «إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض» هو مصطلح يشير إلى فهم دورة الحيض وإدارتها بكرامة وراحة، وذلك من خلال استخدام منتجات صحية وتغييرها ما دعت الحاجة بصورة آمنة تضمن الحفاظ على الخصوصية، مع الحفاظ على نظافة الجسم باستخدام الماء والصابون، وتوفير مرافق آمنة ومريحة للتخلص من هذه المنتجات.

[2] Michel J, Mettler A, Schönenberger S, Gunz D, "Period poverty: why it should be everybody's business," Journal of Global Health Reports, 2022, doi:10.29392/001c.32436.

[3] Anna Maria van Eijk, M Sivakami, Mamita Bora Thakkar, Ashley Bauman, Kayla F Laserson, Susanne Coates, and Penelope A Phillips-Howard, "Menstrual Hygiene Management among Adolescent Girls in India: A Systematic Review and Meta-Analysis," BMJ Open 6, no. 3 (2016). https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010290.

[4] United Nations Population Fund, "Menstrual Hygiene Management in Emergencies," May 26, 2022, https://syria.unfpa.org/en/publications/menstrual-hygiene-management-emergencies-0.

[5] Neeraja Bhavaraju, Laura Amaya, and Jaclyn Marcatili,"Advancing Gender Equity by Improving Menstrual Health," FSG, August 19, 2022, https://www.fsg.org/resource/advancing-gender-equity-improving-menstrual-health/.

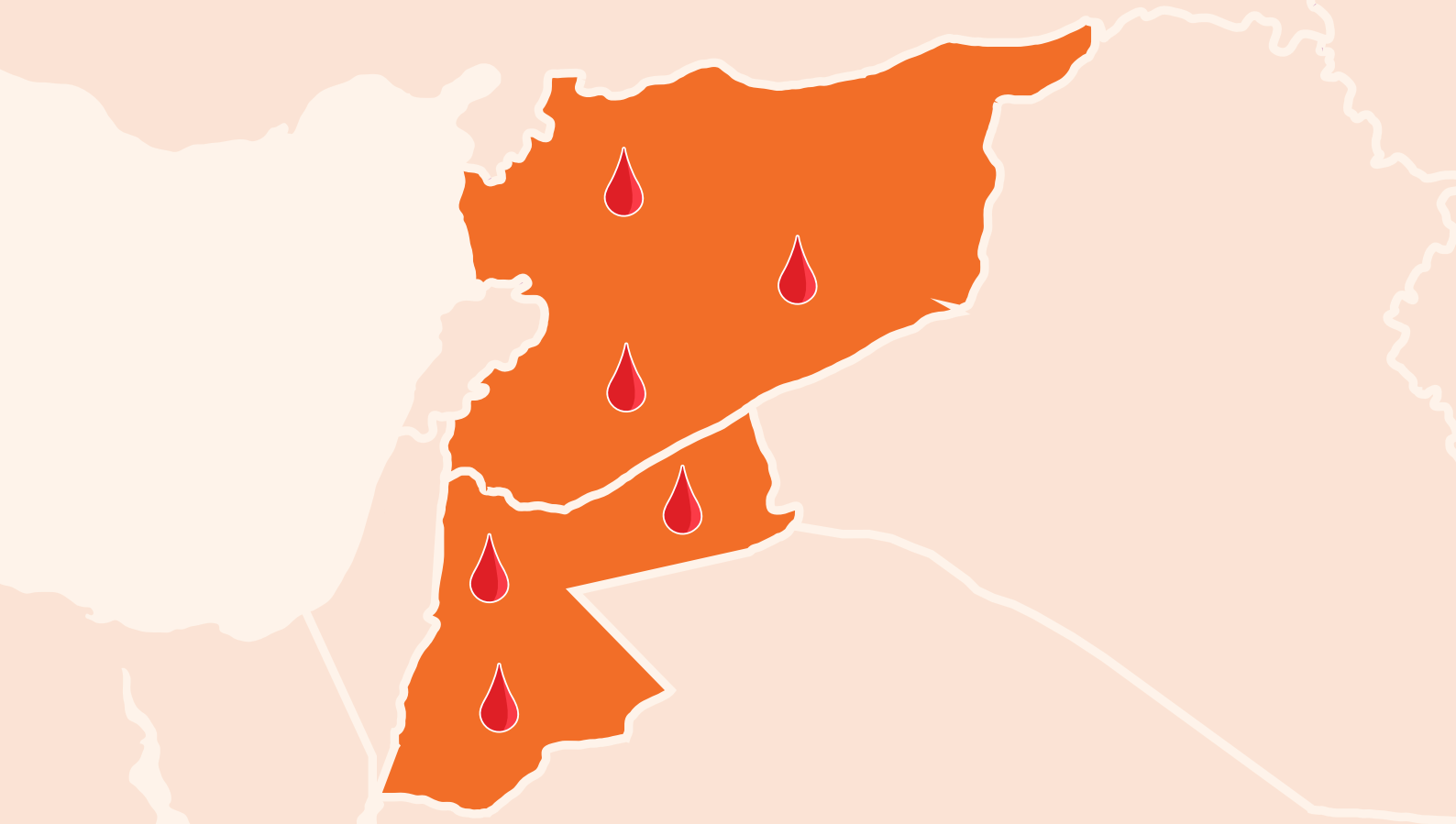
[6] United Nations Population Fund, "Period Poverty: Menstrual Hygiene Management and Access in Jordan," August 28, 2022. https://jordan.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/period_poverty_policy_paper_en.pdf.

[7] United Nations Population Fund, "Menstrual Hygiene Management in Emergencies," May 26, 2022, https://syria.unfpa.org/en/publications/menstrual-hygiene-management-emergencies-0.

يستند هذا التقرير الإقليمي حول فقر الدورة الشهرية إلى التجارب المتشابهة والمشتركة بين النساء في الأردن والنساء السوريات في سوريا والشتات بناءًا على البحث الذي تم إجراؤه. يسلط التقرير الضوء على مجالين رئيسيين:

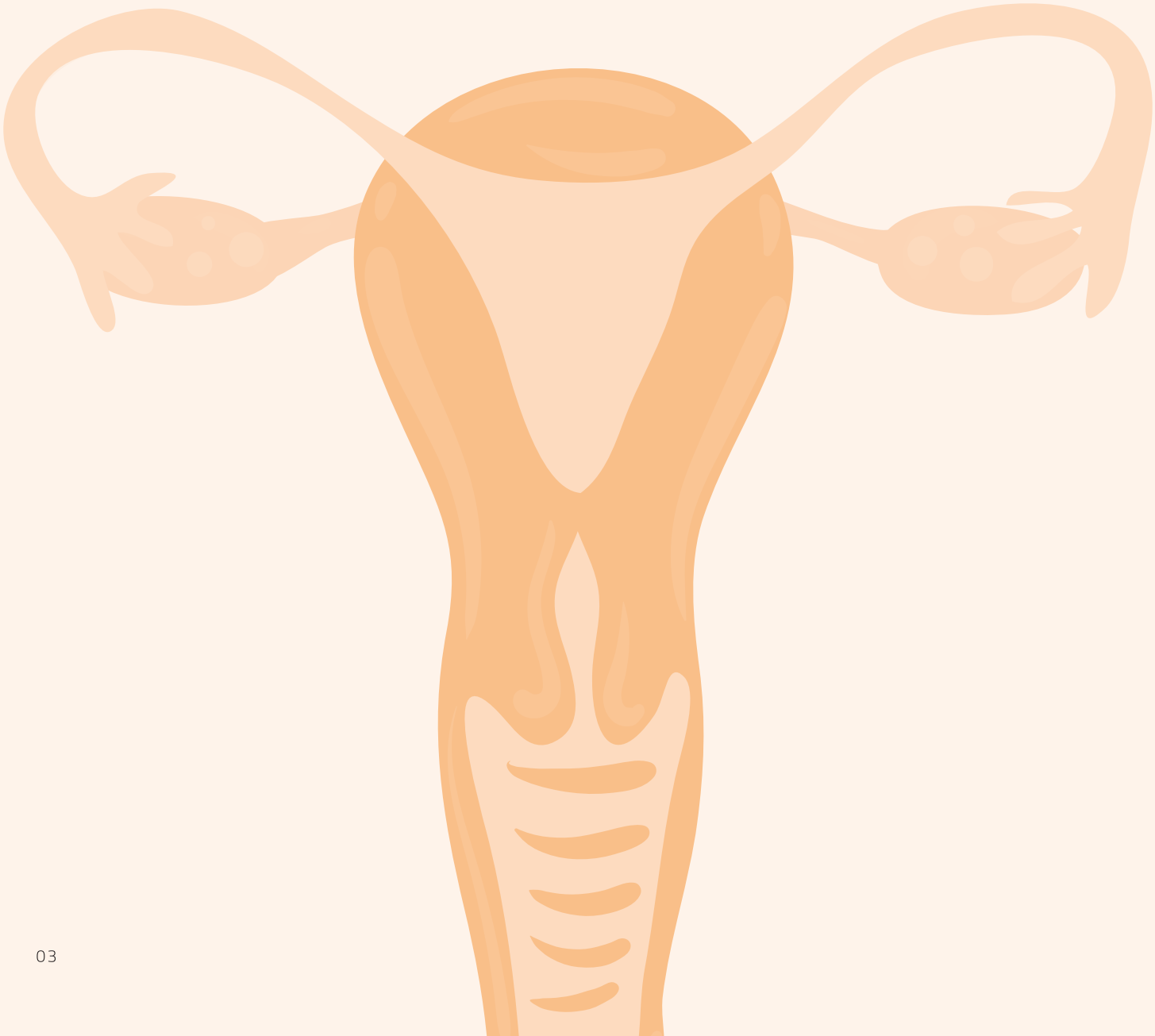
ا.معرفة النساء بالحيض والصحة أثناء الحيض: يشمل ذلك النتائج المتعلقة بتجارب النساء مع الدورة الشهرية وذكرياتهن حول سن البلوغ. حيث سعى البحث لتحديد مصادر المعرفة المتاحة للنساء، وتقييم فهمهن للحيض لتحديد القضايا التي تؤثر على تطبيقهنّ لتلك المعرفة بهدف تحسين ممارسات النظافة الصحية أثناء الحيض.

٢. الممارسات الاجتماعية والتحديات الاقتصادية التي تؤثر على تجارب النساء مع الحيض وفقر الدورة الشهرية: يتناول هذا القسم الأعراف الاجتماعية والممارسات المجتمعية المحيطة بالحيض، والاستقبال المجتمعي لبداية الحيض عند الفتيات وتجاربهن في مرحلة البلوغ. حيث تؤثر العوامل الاجتماعية بشكل كبير على تجارب النساء مع الدورة الشهرية.



٢.أهداف البحث

تهدف الدراسات المتعلقة بالأردن وسوريا إلى الإسهام في مجموعة الأبحاث المعنية بفقر الدورة الشهرية في الجنوب العالمي من خلال تسليط الضوء على العوامل الاجتماعية والثقافية والسياقات الحساسة الخاصة بهذين البلدين المتجاورين في الشرق الأوسط. على الرغم من أن هذه الدراسات لا تقدم عينة شاملة أو تمثيلية، إلا أنها تقدم رؤى قيّمة حول الواقع الثقافي والاجتماعي والاقتصادي الذي تعيشه النساء في المنطقة. يسعى البحث باستخدام نهج نسوي نوعي إلى إلقاء الضوء على تجارب النساء مع الصحة أثناء الحيض، واستقصاء كيفية تغلبهن على العقبات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية التي تعيق الوصول إلى المعرفة الأساسية وخدمات النظافة الصحية بأسعار ميسورة التكلفة.



الأردن

في يونيو من عام ٢٠٢٣، نشر صندوق الأمم المتحدة للسكان تقريرًا بشأن إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض في الأردن.[8] وجد التقرير زيادة في فقر الدورة الشهرية في البلاد، استنادًا إلى عدم وصول النساء والفتيات إلى المنتجات الصحية ذات الجودة العالية، ومرافق المياه والنظافة الشخصية والصرف الصحي[9] (مرافق WASH)[10]، بالإضافة إلى إفتقارهن للمعلومات الخالية من الوصم فيما يتعلق بإدارة النظافة الصحية أثناء الحيض وصحة النساء بشكل عام. هناك العديد من القضايا الرئيسية المتعلقة بفقر الدورة الشهرية وصحة المرأة في الأردن، مثل الوصمة الاجتماعية حول موضوع الدورة الشهرية، والعوامل الاجتماعية والاقتصادية التي تعيق الوصول إلى إدارة سليمة للنظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية وكذلك خدمات الرعاية الصحية العامة، بالإضافة إلى المخاطر التي تواجهها النساء والفتيات ذوات الإعاقة.

فيما يتعلق بالوصمة الاجتماعية، أشارت ٩٥٪ من المشاركات في استبيان أجراه صندوق الأمم المتحدة للسكان إلى أنهن لا يشعرن بالراحة عند التحدث عن الدورة الشهرية.[11] علاوةً على ذلك، وجد الاستبيان أن النساء والفتيات اللاتي يعشن في المجتمعات ذات الدخل المنخفض يملن إلى شراء منتجات غير مخصصة للدورة الشهرية، مثل حفاضات الأطفال أو فوط الأمهات الخاصة بالولادة؛ بسبب ارتفاع تكلفة منتجات الدورة الشهرية.[12] ومن المحتمل أن تؤدي الظروف المناخية المتدهورة في الأردن وندرة المياه إلى زيادة فقر الدورة الشهرية في البلاد في حال لم تتم عمليات التدخل اللازمة والفعالة، حيث أن الوصول إلى المياه ضروري للنساء أثناء فترة الحيض.

غالبًا ما تتغيب الفتيات المراهقات النازحات في الأردن، خصوصًا اللاجئات السوريات، عن المدرسة لمدة تصل إلى أسبوع كل شهر بسبب عدم قدرتهن على إدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية بشكل مريح في المدرسة[13]. هذا التغيب عن ربع السنة الدراسية تقريبًا بسبب الدورة الشهرية له تأثير كبير على قدرة الفتيات الصغيرات على التعلم واستكمال الدراسة. تعاني النساء والفتيات اللاجئات، من سوريا ودول أخرى، من صعوبة إدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية بسبب سوء الظروف المعيشية، ونقص المرافق الأساسية للمياه والنظافة الصحية والصرف الصحي.[14] وتُفاقِم الظروف الاجتماعية والاقتصادية العامة للمجتمعات النازحة في جميع أنحاء الأردن من تحديات إدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية، حيث لا تملك العديد من الأسر الموارد الاقتصادية لشراء المنتجات الصحية الخاصة بالدورة الشهرية.[15]

---

[8]United Nations Population Fund, "Menstrual Hygiene Management: Monitoring Analysis Report," UNFPA Jordan, June 12, 2023, https://jordan.unfpa.org/en/publications/menstrual-hygiene-management-monitoring-analysis-report.

[9]المرجع السابق نفسه، 2.

[10]بنية WASH هي البنية التحتية المتعلقة بالـ Water Access, Sanitation, and Hygiene.

[11]المرجع السابق نفسه.

[12]المرجع السابق نفسه.

[13]Sara Al Hattab, "Breaking the Cycle of Silence - Menstruation Matters," UNICEF Jordan, May 28, 2019, https://www.unicef.org/jordan/stories/breaking-cycle-silence-menstruation-matters.

[14]المرجع السابق نفسه.

[15]المرجع السابق نفسه، 2

سوريا

تؤثر تحديات عديدة على صحة النساء في سوريا، بما في ذلك إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض.[16] حيث تواجه الكثير من النساء صعوبة كبيرة في الوصول إلى أي نوع من أنواع الرعاية الصحية بسبب النزاع المستمر، وغالبًا ما تقدم الرعاية الصحية لحالات الطوارئ العاجلة فقط. بالإضافة إلى ذلك، فإن ندرة المياه وظروف تغير المناخ زادا الوضع سوءًا بعد سنوات من العنف والفوضى.[17] تستمر ندرة المياه في التأثير السلبي على النساء اللواتي يحتجن إلى المياه لأداء ممارسات النظافة الصحية اللازمة خلال دورتهن الشهرية.[18]
تعاني النساء في سوريا بشكل كبير، سواء كانوا مستمراتٍ في النزوح[19] أو من يعشن في مناطق تعتمد على الزراعة، حيث أثر الجفاف على قدرتهن على كسب المال. وفقًا لصندوق الأمم المتحدة للسكان، فإن الصراع المستمر والنزوح، وتبعات جائحة كوفيد-19، والانهيار الاقتصادي في سوريا يؤثر على"٧.٣ مليون امرأة وفتاة ممن يحتجن إلى خدمات الصحة الجنسية والإنجابية الضرورية بما في ذلك رعاية الأمهات".[20]

من الصعب بشكل خاص على الفتيات غير المتزوجات والمراهقات الحصول على الرعاية الصحية في العيادات في جميع أنحاء سوريا بسبب الوصم الاجتماعي، مما يجعل الحصول على تعليم حول دورتهن الشهرية وممارسات إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض أمرًا شبه مستحيل لهذه الفئات .[21]

تفاقم الأزمات الإنسانية، مثل تلك التي في سوريا، مشاكل إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض نظرًا لانعدام الخصوصية والوصول المحدود إلى مرافق الصرف الصحي النظيفة بسبب النزوح والصراع،[22] وقد أشار تقرير عام ٢٠٢١ إلى أن أكثر من ٥٠٪ من الكوادر الطبية المدربة تركت البلاد، مما ترتب عليه انخفاض ما يقرب من ٢٠٪ من عدد المرافق الصحية العاملة[23] بشمال غرب سوريا. كما تواجه النساء اللاتي يعيشن في المناطق التي يسيطر عليها النظام السوري تحديات مماثلة، حيث تُضطر العديد من الأسر إلى الاختيار بين شراء الطعام أو المنتجات الصحية.[24]

---

[16]United Nations Population Fund, "A Strategy to Address the Needs of Adolescent Girls in the Whole of Syria," November 2017, https://www.humanitarianresponse.info/sites/www.humanitarianresponse.info/files/documents/files/wos_adolescentgirlstrategy_final.pdf.
[17]Gleick, Peter H. "Water, Drought, Climate Change, and Conflict in Syria", Weather, Climate, and Society 6, 3 (2014): 331-340, doi: https://doi.org/10.1175/WCAS-D-13-00059.1
[18]Gaafar, Roba The Environmental Impact of Syria's Conflict: A Preliminary Survey of Issues April 7, 2021 https://www.arab-reform.net/publication/the-environmental-impact-of-syrias-conflict-a-preliminary-survey-of-issues/
Hirani, S.A.A. "Barriers to Women's Menstrual Hygiene Practices during Recurrent Disasters and Displacement: A Qualitative Study." International Journal of Environmental Research and Public Health 21, no. 2 (2024): 153. https://doi.org/10.3390/ijerph21020153.
[19]Situation for women and girls in Syria worse than ever before as conflict grinds on, May 09, 2022

[20]المرجع السابق نفسه.
[21]المرجع السابق نفسه، 11.

[22]United Nations Population Fund, "Menstrual Hygiene Management in Emergencies," May 26, 2022, https://syria.unfpa.org/en/publications/menstrual-hygiene-management-emergencies-0, 7.
[23]Islamic Relief, "Are women able to access healthcare in north-west Syria?" Relief Web, 17 February 2023, https://reliefweb.int/report/syrian-arab-republic/are-women-able-access-healthcare-north-west-syria#:~:text=Access%20to%20healthcare%20services%20is,4th%20quarter%20of%202021%20alone).
[24]Mariam Abaza, "Lack of Menstrual Products in Syria Threatens Women's Health," The Borgen Project, 23 August 2021, https://borgenproject.org/menstrual-products/.

أثناء الزلزال المدمر الذي ضرب جنوب تركيا وشمال غرب سوريا في فبراير ٢٠٢٣، وضحت حملات الإغاثة الإنسانية كيف أن الاستجابات الطارئة غالبًا ما تكون غير مراعية لاعتبارات النوع الاجتماعي، حيث لا تضع احتياجات النساء والفتيات محل أولوية.[25] تتفاقم فجوة احتياجات النساء القائمة على نوعهن الاجتماعي بسبب الوصمة الاجتماعية التي تجعل من الصعب على النساء والفتيات المطالبة باحتياجاتهن أمام عمال الإغاثة الإنسانية.

[25]Tamara Abueish, "Syria, Turkey earthquake: Menstruation doesn't stop in times of crisis, NGOs warn," Al Arabiya English, 16 February 2023, https://english.alarabiya.net/features/2023/02/16/Syria-Turkey-earthquake-Menstruation-doesn-t-stop-in-times-of-crisis-NGOs-warn.

٣. منهجية البحث

١. الاستبيان الذاتي عبر الإنترنت

تم تصميم استبيان يسمح بإخفاء الهوية باستخدام Google Forms، ويطرح أسئلة مفتوحة لجمع تجارب وشهادات المشاركات، بهدف التحقق من نتائج بعض مراجعات الأدبيات الأكاديمية وتحديد الأنماط والتجارب المشتركة بين المشاركات الأردنيات والسوريات، والنساء على مستوى العالم. تم توزيع الاستبيان عبر تطبيق WhatsApp بواسطة فريق تقاطعات في الفترة من ٤ فبراير إلى ٨ مارس من هذا العام. كان الاستبيان ذاتي الإدارة ولا يتطلب معرفة مسبقة بالصحة والنظافة أثناء الحيض.

في البداية، تلقى الاستبيان ١١٦ استجابة من نساء يتوزعنّ في جميع أنحاء الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، إلا أن التحليل الأكاديمي شمل فقط ردود النساء السوريات والنساء المقيمات في الأردن. تضمنت هذه الردود ٢٠ استجابة من نساء سوريات، سواء من المقيمات داخل سوريا أو في الشتات، بالإضافة إلى ٨٩ استجابة من نساء أردنيات، واستجابة واحدة من فلسطينية مقيمة في الأردن. تمت دعوة المشاركات للمشاركة في مقابلات متعمقة لتحليل الاستجابات والمقابلات بحسب بلد الأصل، وتتوفر تقارير منفصلة تركز على نتائج كل من الأردن وسوريا.

شارك بالاستبيان ١١٦ امرأة في جميع أنحاء الشرق الأوسط

٢٠ امرأة سورية | ٨٩ امرأة أردنية وامرأة فلسطينية مقيمة في الأردن

٢. المقابلات المعمقة

أجرت الباحثة مقابلات مع عشر مشاركات في مارس ٢٠٢٤، ثماني نساء سوريات واثنتين من النساء الأردنيات. هدفت هذه المقابلات إلى الحصول على فهم أعمق لمعرفة النساء وتجاربهن والتحديات المرتبطة بصحتهن أثناء الدورة الشهرية. أُجريت جميع المقابلات عبر الإنترنت وباللغة العربية. خلال المقابلات، تم استخدام الاسم الأول فقط لضمان حماية هوية المشاركات.

٣. استشارات الخبيرات والممارسات

استُخدمت استشارات الخبيرات لمراجعة النتائج الأولية للبحث. وقامت الباحثة بالتعاون مع فريق تقاطعات باختيار الخبيرات بناءً على نشاطهن النسوي وخبراتهن في دمج سياسات مراعية للنوع الاجتماعي وتعليم الصحة الإنجابية والجنسية، خاصةً ضمن القدرات الطبية أو المهنية ذات الصلة. تم تضمين قائمة في الملحق تضم الخبيرات اللاتي تم استشارتهن.

استقطاب المشاركات

تم استقطاب المشاركات في الدراسة من خلال شبكة تقاطعات التي تضم ٥٢١ عضوة نشطة مهتمة بدعم القضايا النسوية، تعد المشاركات جزءًا من المجتمع المُلم بالعمل النسوي وقضايا حقوق الإنسان والحراك المجتمعي. وعلى الرغم من الجهود المبذولة لجمع بيانات ديموغرافية أساسية دون هويات شخصية، إلا أنه يجب الإحاطة بأن المشاركات قد يمتلكن بعض المعرفة أو الاهتمام بالخطاب النسوي والقضايا الاجتماعية.

٤. نتائج البحث

١. معرفة النساء عن الحيض

يتناول القسم الأول معرفة النساء بالدورة الشهرية والموارد المتاحة لهن، ويحدد المشكلات التي تؤدي إلى نقص المعرفة أو انخفاض مستوى ممارسات النظافة الصحية السليمة.

١.١ تجارب النساء مع البلوغ

أشارت معظم المشاركات إلى التحديات العاطفية والجسدية التي واجهنها خلال فترة البلوغ. شملت المشاعر الشائعة الخوف، القلق، الإحراج، والشعور بالذنب، التي غالبًا ما تكون مصحوبة بألم جسدي شديد خلال فترة الدورة الشهرية نفسها.

أفادت غالبية المشاركات بأنهن واجهن أول دورة شهرية مع القليل من المعرفة المسبقة عن الحيض أو عدم وجود معرفة مسبقة من الأساس، مما أدى إلى الشعور بالارتباك والمشاعر السلبية الأخرى. لاحظت المشاركات أن تجارب الحيض خلال فترة البلوغ تؤثر بشكل كبير على علاقة النساء بأجسادهن وبالدورة الشهرية فيما بعد. أكدت ذلك د. ديلاني غلاس، أستاذة مساعدة في جامعة تورونتو وعالمة أنثروبولوجيا بيولوجية تعمل بشكل أساسي مع المجتمعات العربية في أمريكا الشمالية والأردن. قالت غلاس:

تشكل تجارب البلوغ حقًا رؤية النساء لأجسامهن ووظائفهن الجسدية. ولكن هناك حالات يدرك فيها النساء أنهن لا يردن للأخريات أن يمرّن بنفس التجربة، فيتخذن إجراءات لتغيير ذلك، مثل المشاركة التي نناقشها الآن. تصف هؤلاء النساء فترة البلوغ بأنها غيرت حياتهن وكانت درامية للغاية، تجربة مؤلمة تقريبًا، ولكنها جذرية.
كان الدعم من أفراد الأسرة خلال فترة البلوغ أمرًا متباينًا بين المشاركات، فبينما تلقت بعض الحالات استجابات إيجابية ودعمًا من العائلة، تذكرت الأغلبية ردود فعل سلبية وتوجيه غير كاف. قالت إسلام، التي نشأت في الأردن وتابعت تعليمها في الأردن والمملكة المتحدة:

أول يوم من الحيض كان صدمة بالنسبة لي لأنني لم أسمع بها طوال حياتي. قبل ذلك، ربما قبل بضعة أشهر من أن تأتيني أول مرة، أصبت بنوع من الديدان أو الجراثيم في معدتي، مما تسبب في حدوث نزيف. تلقيت علاجًا لذلك، وتم حل المشكلة. بعد أشهر عندما حدث الحيض، اعتقدت أن الديدان عادت مرة أخرى. لكن عندما حكيت لأمي عن ذلك، قالت: «لا،إنها الدورة الشهرية». أعطتني فوطًا صحية وهذا كان كل شيء، فقط قالت: «هذا سيحدث لك دائمًا»، لكنها لم تشرح لي أي شيء عنها. كان أمرًا صادم بعض الشيء، وتسبب لي بصدمة نفسية. لا أحد يتوقع ذلك من نفسه، مثل: «أوه، سأنزف كل شهر.»

تتذكر آية، التي كانت تجربتها مع البلوغ إيجابية، كيف أن العديد من صديقاتها لم تكن تجربتهن كذلك. قالت آية: أتذكر أن أمي كانت سعيدة جداً عندما بدأت دورتي الشهرية. قالت لي إنه شيء جميل جداً، لكنني أعرف أخريات يقلن لا، لا تخبري أحداً. كأن أمهاتهم يطلبن منهن عدم قول أي شيء وعدم التحدث عن الأمر. وهناك قصص أخرى أيضاً. أعرف امرأة أخبرتني أن والدتها سألتها ذات مرة عندما كانت تبلغ من العمر حوالي ١٣ أو ١٤ عامًا، ما زالت طفلة بريئة جداً تلعب في الحي مع الأولاد وهكذا، سألتها والدتها، «هل اقترب منكِ أحد؟ أخبريني»، واعتقدت أن شخصاً ما قد اعتدى عليها. بالتأكيد، هناك الكثير من الجهل. العديد من الأمهات غير متعلمات *[عن الحيض]* أو حتى تكون طرق تربيتهن خاطئة. إذا تحدثنا عن قضايا النوع الاجتماعي، على سبيل المثال، فإن طريقة تربيتنا كلها خاطئة. على الرغم من أنني ولدت لعائلة متعلمة ولم يكن هناك تمييز كبير في المنزل، إلا أنهم أحياناً ما زالوا يفكرون *[في النوع الاجتماعي]* بطريقة مختلفة.

٢.١ مصادر المعرفة حول الدورة الشهرية

كانت الأمهات المصدر الرئيسي للتثقيف حول الدورة الشهرية لكل من المشاركات السوريات والأردنيات، ولكن غالبًا ما اقتصر دورهن على تعليم الممارسات الأساسية للنظافة دون التعمق في الشروحات البيولوجية أو الإنجابية المتعلقة بالدورة الشهرية. وعندما كانت المعلومات المقدمة من الأمهات غير كافية، أظهرت النساء اعتمادًا على مصادر غير رسمية مثل الأقران والأصدقاء، وبشكل متزايد على المنصات عبر الإنترنت. يعكس هذا الاتجاه تغيرًا في الأجيال حيث قد تلجأ النساء الأصغر سنًا إلى الإنترنت للحصول على المعلومات بسبب الحواجز الموجودة في التواصل المباشر مع الأجيال الأكبر سنًا.

بغض النظر عن المصدر، فإن المعلومات الخاطئة والمعرفة غير الكافية هي مشكلات واسعة الانتشار، حيث أفادت النساء بأن التأثيرات الثقافية والدينية تشكل معظم المعلومات التي تقدمها الأمهات، مما يؤدي غالبًا إلى فهم غير كافٍ أو غير صحيح للدورة الشهرية.

نعم، لقد عانيت... كانت أمي تنسى أحيانًا أن تحضر لي فوط صحية وتتذكر فجأة. كان علي أن أنتظر حتى تحضرها وأحيانًا كانت تحضر المقاس الأصغر. كانت الحالة المالية جيدة بالطبع، ولكن أمي كانت تفتقر إلى الكثير من التركيز، و كنت أشعر بالحرج للذهاب وشرائها بنفسي حتى بلغت ١٨ عامًا وذهبت إلى الجامعة، حينها بدأت في شرائها بنفسي. أواجه تقلصات شديدة جدًا لا يمكن تحملها بدون مسكنات الألم، إلى جانب آلام الظهر والصدر والقدمين. بالإضافة إلى تقلبات المزاج وسوءه قبل و أثناء الحيض . لم تؤمن أمي بأدوية تخفيف الألم ولم تحضرها لي؛ كنت اعتمد في الغالب على العلاجات العشبية حتى كبرت وبدأت في شراء مسكنات الألم بنفسي بعد سن ١٨.

-امرأة تبلغ من العمر ٢٨ عامًا تعيش في إربد

تساهم المحظورات الثقافية التي تمنع مناقشة الحيض والصحة الجنسية في نقص التعليم أو المعرفة الشاملة حول الدورة الشهرية، ويشكل ذلك حاجزًا أمام النساء للتحدث عنها بشكل صريح، ومعالجة قضايا الصحة أثناء الدورة الشهرية. واحدة من القضايا الملحة التي نوقشت من قبل المشاركات والخبيرات كانت تطبيع الممارسات غير الصحية الناتجة عن المعلومات الخاطئة أو نقص الوصول للمعرفة، والمخاطر الصحية المحتملة الناتجة عن الإدارة غير الصحية للدورة الشهرية. في سوريا على وجه الخصوص، أكدت النساء على نقص التعليم الرسمي حول الدورة الشهرية في المدارس ومحدودية المصادر المتاحة للمعلومات الطبية الدقيقة، خاصة باللغة العربية.

أشارت سارة، مقدمة رعاية صحية في دمشق، إلى نقص التثقيف الصحي الجنسي الرسمي حول الدورة الشهرية في المدارس وندرة المعلومات الطبية أو البيولوجية المتاحة.

في المدارس، كنا نتلقى تعريفاً بسيطاً للغاية عن الحيض في درس العلوم: «الدورة الشهرية تستغرق ٢٨ يوماً». نحفظ هذا بشكل سطحي في الغالب ولا يوجد فهم حقيقي لما يحدث. بعض النساء لا يعرفن شيئاً عن التبويض إلى أن يتزوجن، حينها يضطررن لتعلم ماذا يعني التبويض.

كثير من الناس، على سبيل المثال، يلجأون إلى الإنترنت للحصول على المعلومات، ولكن حتى هناك، خاصة باللغة العربية، يمكن أن يكون من الصعب العثور على معلومات دقيقة حول الدورة الشهرية.
أشارت المشاركات أيضًا إلى التحديات التي تفرضها القيود المالية والجغرافية، خاصة في المناطق المتأثرة بالصراع مثل سوريا. حكت سارة قصة صديقتها:

ذهبت صديقتي إلى طبيب نساء العام الماضي بعد أن تأخرت دورتها الشهرية لمدة شهرين أو ثلاثة، وأخبرها بأنها يجب أن تجري فحوصات. لكن الطبيب لم يخبر صديقتي بأن الفحوصات يجب أن تُجرى في يوم معين من الدورة الشهرية، وهو اليوم الثالث، لأن هناك تجارب هرمونية معينة يجب أن نقيسها في هذا اليوم بالذات. أجرت المريضة الفحوصات في يوم آخر غير ثالث يوم في دورتها الشهرية. بالطبع، هذه الاختبارات الهرمونية مكلفة جداً؛ ففي الشهر الماضي، أجرتها بتكلفة تقدر بحوالي ٧٠٠,٠٠٠ ليرة سورية، أي ما يعادل حوالي ٥٠ دولاراً. خمسون دولاراً هو مبلغ مخيف، يعادل مرتب موظف مرتين تقريباً. هل تفهمون؟ هذه الفحوصات التي أجرتها بالفعل لن تفيدها، للأسف. كانت تبكي، تتسائل أين يمكنها العثور على ٧٠٠,٠٠٠ أخرى لإجراء الفحوصات مرة أخرى. علاوة على ذلك، هذه الفحوصات الهرمونية غير متوفرة في المستشفيات الحكومية، ويُعتبر هذا النوع من الفحوصات أغلى ما يمكن، ومن المستحيل تأمين الأموال من المؤسسات أو منظمات الخير لأنهم يعطون الأولوية لاختبارات السكري، على سبيل المثال.

وبينما أشارت النساء في الأردن إلى الدور الكبير للتعلم الذاتي من خلال المصادر العامة، وخاصة الإنترنت، إلا أن الكثيرات منهن على دراية بمشكلة موثوقية المعلومات المتاحة عبر الإنترنت.

لم أجد أحدًا يرشدني، لذا قلت لنفسي: سأبحث عبر الإنترنت. حسنًا، وجدت المعلومات، ولكن لا زلت لا أعرف كيفية استخدامها، وقضيت سنوات ربما بين الألم والمعاناة، دون التحدث مع أي شخص، ولا أحد كان يعلم. لذا، على سبيل المثال، إذا كان هناك تعليم أو توعية حول هذه المسألة منذ سن مبكرة، لما كانت ستصبح تجربة سيئة جدًا، لكنها علمتني الكثير ودفعتني لمعرفة المزيد حول هذه القضية ودعمها.

-امرأة تبلغ من العمر *26* عامًا تعيش في إربد

٢.٢البيئة الاجتماعية

العوامل التي تسهم في فقر الدورة الشهرية متداخلة ومتعددة الأوجه، وتُعتبر الوصمة والقيود الاجتماعية، بما في ذلك الممارسات الدينية أو الثقافية، عوامل رئيسية تؤثر على أجساد النساء ودورتهن الشهرية في كل من الأردن وسوريا. حيث تؤثر هذه القيود الاجتماعية على إمكانية الوصول إلى المنتجات الصحية والقدرة على تحمل تكلفتها، وكذلك على موارد وخدمات الرعاية الصحية.

١.٢ الخجل والوصمة والإحراج

يعزز عزل الدورة الشهرية عن المناقشات الأوسع حول الصحة الجنسية والإنجابية من نقص فهم النساء لأجسادهن، ويُظهر هذا الفصل الحاجة إلى تعليم شامل يعالج ليس فقط الجوانب البيولوجية للصحة الجنسية والإنجابية ولكن أيضًا العوامل الاجتماعية والثقافية التي تشكل التصورات والسلوكيات المحيطة بالدورة الشهرية.

> منذ كنت طالبة في المدرسة، لاحظتُ بعض الأعراف المتعلقة بالحيض. على سبيل المثال، يجب ألا تتناولي الأدوية خلال فترة الحيض... يمكنك تحمل الألم وسيزول. هذا النوع من النظرة السلبية تجاه الأدوية مستمر، بينما يُعتبر استخدام العلاجات العشبية أمراً أكثر تقبلاً.
>
> -سارة، سورية تعيش في دمشق

يعكس تردد النساء في مناقشة الدورة الشهرية بشكل مفتوح وصريح المعايير الاجتماعية التي تشجع على الصمت والخجل حول الدورة الشهرية. في محاولة معالجة هذه الوصمة، تم الإشادة بمبادرات مثل سياسات إجازة الدورة الشهرية في مكان العمل من قبل المشاركات؛ مما يساهم في تخفيف مشقة وانزعاج النساء وتحسين علاقتهن بمكان العمل الذي عادة ما يغلب عليه الطابع الذكوري.[27]

شددت العديد من المشاركات على التفريق بين سياسة «يوم مرضي» وسياسة يوم للدورة الشهرية. حيث تُعتبر الأولى حقًا مضمونًا لجميع الموظفات والموظفين بغض النظر عن النوع الاجتماعي. ويبرز غياب سياسة معنية بالصحة أثناء الحيض فجوة في ممارسات مكان العمل الشاملة والمراعية للنوع الاجتماعي. فستضمن سياسة يوم للدورة الشهرية معاملة عادلة وداعمة للنساء، وتخلق بيئة عمل شاملة.

[27] يشتمل مكان العمل ذو الطابع الذكوري على أعراف مجتمعية تعزز تفوق الرجال على النساء ضمن سلسلة من الممارسات،المرتبطة بالسلوك الذكوري، التي يؤديها الرجال أو النساء، والتي تساعد الرجال على الحفاظ على مكانتهم المتفوقة على النساء، إما بتجاهل احتياجات النساء أو بتقدير سلوكيات الرجال فقط.

٢.٢ الخرافات والمفاهيم الخاطئة حول الحيض

تظهر النتائج انتشار المعلومات الخاطئة والوصمة الاجتماعية المرتبطة بالدورة الشهرية، مما يؤدي إلى عدم الراحة وانتشار السلوكيات غير الصحية أثناء الحيض بين النساء والفتيات. تساهم المحظورات الثقافية والتوقعات المجتمعية في استمرار الخرافات والمفاهيم الخاطئة، مما يعيق الحوار المفتوح والتعليم المناسب حول صحة النساء أثناء الدورة الشهرية. يتم إعادة تكرار الخرافات والوصمة الاجتماعية بمجرد طرح موضوع الدورة الشهرية، كما كان الحال مع إحدى المشاركات التي تتذكر الطريقة السلبية التي تعاملت بها المعلمة مع الدورة الشهرية لأول مرة في المدرسة الحكومية.

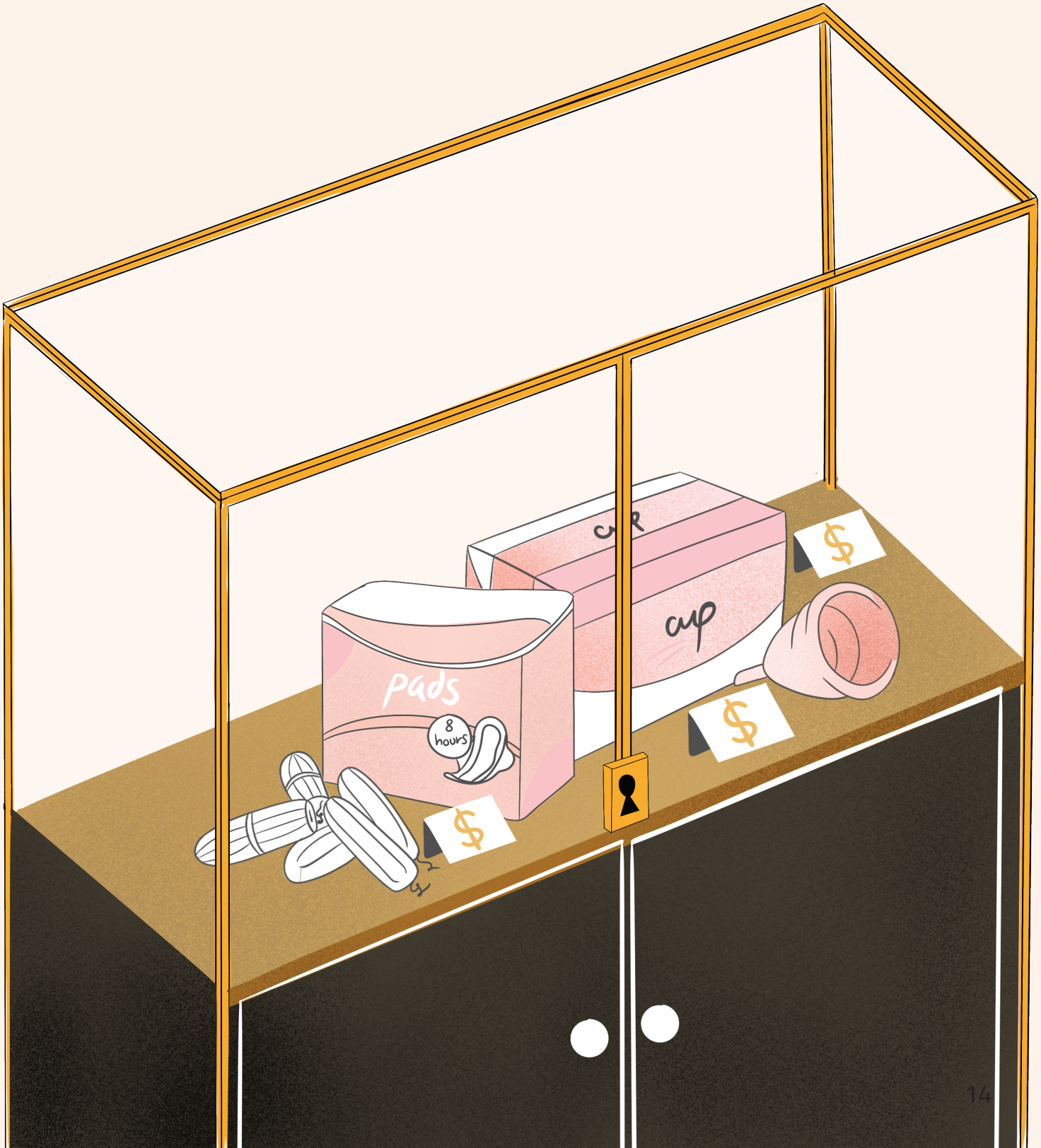
كان أمراً مرعباً لأن معلمتنا كانت تتعامل معنا كما لو كانت دورتنا الشهرية أمرًا قذرًا، كأننا نجسات، إلى حد أننا، على سبيل المثال، عندما كنا نذهب إلى المسجد لتعلم دروس دينية ونكون في فترة الحيض، كنا نجلس في المنطقة التي توضع فيها الأحذية، محافظات على مسافة كبيرة بيننا وبين المنطقة الرئيسية... هذه المعلمة كانت تعلمنا أيضاً عن الوضوء وكانت تقول إذا لمست يداك دلو المياه الذي تستخدمينه للوضوء، فإن الماء يصبح نجساً. لا أزال أتذكر ذلك، لا زال ملتصقاً في ذهني، دورات المياه. كل ذلك بقي معي حتى علمت أنه خطأ! *(تضحك بتوتر)*.

-سالي، من مخيم اليرموك للاجئين في دمشق

٣.٢ الإقصاء من الأماكن العامة

يمكن للعوامل الاجتماعية أن تؤثر على الواقع المادي بخلق حواجز أمام الوصول إلى المنتجات الصحية لإدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية، حيث يرتبط الواقع المادي للنساء ارتباطًا وثيقًا بأوجه عدم المساواة الاجتماعية والاقتصادية، مما يؤثر على خصوصية ونظافة المرافق التي يمارسن فيها إدارة النظافة الصحية أثناء الحيض في المدرسة والعمل والأماكن العامة الأخرى. تجارب النساء في الأماكن العامة تكون مصحوبة بعدم الراحة والقلق، مع نقص في مرافق الحمامات المناسبة كنتيجة تتسبب فيها الوصمة الاجتماعية وعوامل أخرى. لذا تتجنب العديد من النساء استخدام الحمامات العامة، مما يؤكد الحاجة إلى تحسين البنية التحتية الصحية والعمل على توفير المياه.

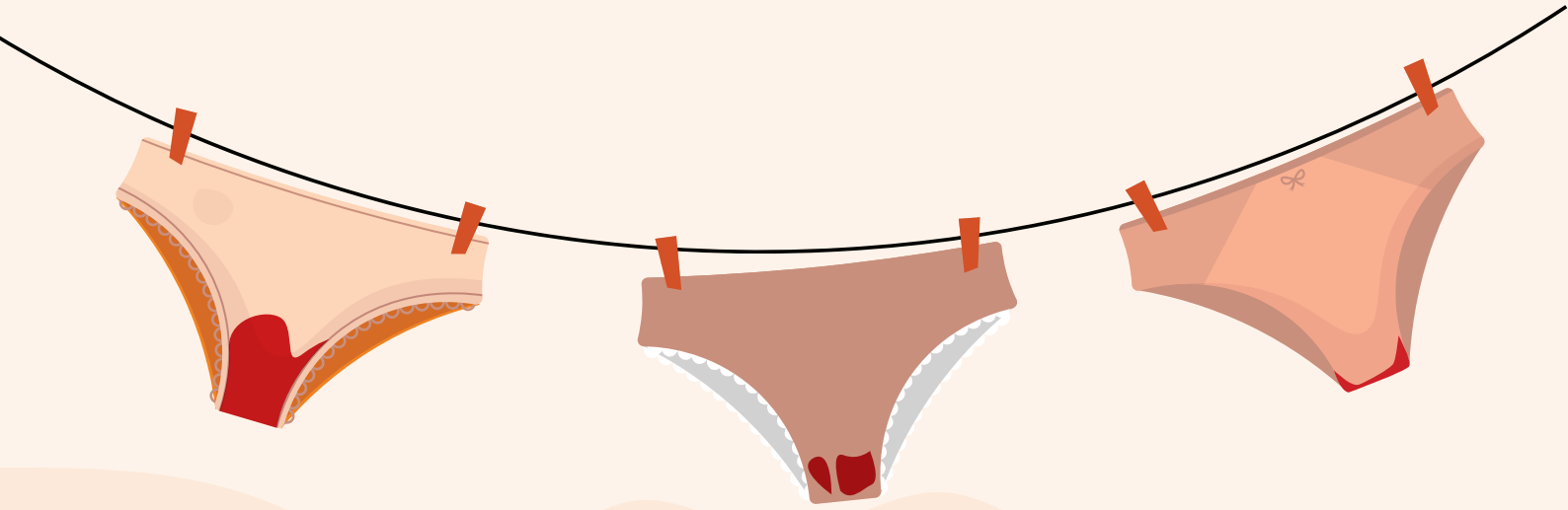
أشارت مقابلات مع نساء من خلفيات متنوعة إلى ضرورة إخفاء دوراتهن الشهرية ومنتجات الدورة الشهرية عن زملائهن أو الغرباء الذين يصادفونهن في الأماكن العامة. في الأردن، على سبيل المثال، أفادت أكثر من ٧٥٪ من المشاركات بأنهن تغيّبن عن المدرسة أو العمل بسبب الدورة الشهرية، وهو ما يؤثر على استقرارهنّ الاقتصادي.


pads
8 hours
cup

عندما تختار النساء إدارة دورتهن الشهرية في الأماكن العامة، فإن عدم توفر المنتجات الصحية في الأماكن العامة يشكل تحديًّا كبيرًا، مما يؤدي إلى عدم الراحة بالإضافة إلى المخاطر الصحية المحتملة إذا لم تستطع النساء تغيير الفوط الصحية أو السدادات القطنية. تُجبر العديد من النساء على اللجوء إلى مواد بديلة عندما تكون المنتجات الصحية غير متاحة، مما يبرز الحاجة إلى توفير المنتجات الصحية في المرافق العامة. لذا، تدعو المشاركات إلى توفير الخدمات الصحية المتعلقة بالدورة الشهرية على نطاق واسع حتى يسهل الوصول إليها، بما في ذلك توفير المنتجات الصحية مجانًا في أماكن العمل والحمامات العامة. تُعتبر هذه الممارسة واحدة من أفضل الممارسات في هذا المجال وتُعتبر ضرورية لمعالجة تحديات صحة النساء أثناء الدورة الشهرية. كما تدعو بعض المشارِكات إلى توفير المنتجات الصحية بشكل إلزامي في المؤسسات الحكومية أو المباني العامة، مشددات على أهمية دعم جميع النساء والفتيات خلال دوراتهن الشهرية.

٤.٢ النزاع والنزوح

في كل من المجتمعات الأردنية والسورية، تُعتبر التحديات الاقتصادية المتعلقة بالدورة الشهرية الناتجة عن نقص المنتجات الصحية بأسعار ميسورة التكلفة، العائق الرئيسي أمام إدارة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية، حيث تلعب التكلفة المالية دورًا حاسمًا في تحديد مدى إمكانية وصول النساء إلى المنتجات الضرورية. تؤثر القدرة على تحمل التكاليف بشكل كبير على اختيار المنتج، مما يدفع بعض النساء إلى اللجوء إلى مواد بديلة أو استخدام المنتجات لفترات أطول من الموصى بها، مما يزيد من خطر الإصابة بالعدوى. تؤدي الفجوة الاقتصادية بين الجنسين، والتي تُعرف غالبًا بـ "الضريبة الوردية"، إلى جعل منتجات النساء أكثر تكلفة من منتجات الرجال، مما يؤثر بشكل خاص على النساء ذوات الدخل المنخفض. وتؤثر النفقات المرتبطة بالدورة الشهرية سلبيًا، مثل مستلزمات تخفيف الألم وزيارات الأطباء، على قدرة النساء على تحمل التكاليف.



هناك صيدليات متوفرة، لكن ليست جميع الأدوية متاحة أو ذات جودة عالية كما أن الخدمات الطبية محدودة. على سبيل المثال، تم تركيب جهاز لتنظيم الولادة لي، ثم ذهبت لإزالته بسبب مضي ٨ سنوات على تركيبه، وكان عليّ أن آخذ فترة استراحة. وعندما ذهبت إلى المستشفى الخاص ودفعت المبلغ المطلوب، دخلت الطبيبة، كان لديها قاعة كبيرة جدًا، والنساء كانوا مستلقيات، وكان هناك دم على السرير. قالت لي أن أستلقي عليه، لم أكن أود فعل ذلك. قالت لي بإمكانك أخذ أموالك والذهاب. تشعرين حقاً بندرة التخصصات حينها، لأنني إذا أردت أن أذهب إلى طبيب، أريد أن أذهب إلى طبيب متخصص، لكن النظافة في هذه المستشفيات ليست جيدة.

علاوةً على ذلك، يزيد نقص الخصوصية والأمان في فضاء النساء الخاص من التحديات المرتبطة بالدورة الشهرية. تذكر إحدى المشاركات من الأردن:

لا أحصل على أي دعم من عائلتي، ويعتبرونه أمرًا مفروضًا علي أن أدعي الصيام حتى خلال رمضان مثلاً. أما بالنسبة للذكور في العائلة، فيُعتبر أمرًا مشينًا بينهم أن أتناول أي شيء أمامهم، ويجب علي أن أتناول الطعام والماء سرًا حتى لا يروني.

تعاني العديد من النساء السوريات اللاتي عشن في مناطق النزاع أو ما زلن يعيشن فيها من نقص الأمان والخصوصية اللازمين لتطوير علاقة صحية مع أجسادهن والحفاظ على نظافتهن الصحية أثناء الدورة الشهرية. ويفاقم النزوح والاعتقال السياسي التجارب السلبية مع الدورة الشهرية، كما هو الحال بالنسبة للعديد من النساء السوريات.

أرغب في التحدث عن تجربتي في المنزل، بدأ النازحون والنازحات بناء حياتهم من الصفر، وقد كان بإمكان أسرتي تحمل تكلفة منزل يحتوي على غرفتين وصالة فقط. كان الحمام صغير جداً جداً، وكان لدينا هذه الزاوية الصغيرة في الحمام المخصصة لوضع المناشف، ولكن بطريقة مخفية. أتذكر هذه الذكرى بوضوح شديد، لم يكن هناك سلة قمامة في الحمام بعد، لأن حمامنا كان يحتوي فقط على حوض استحمام، بدون مرحاض، لذا لم يكن هناك سلة قمامة. كان عليك استخدام كيس بلاستيك وقد كان في ذلك حقاً صعوبة بالغة لأن عليك الخروج من الحمام وإخفاء الكيس على الفور.

-سالي، التي نزحت من مرتفعات الجولان إلى مخيم اليرموك في دمشق

٣. صمود النساء والممارسات المجتمعية الإيجابية

على الرغم من التحديات الكبيرة التي يسببها فقر الدورة الشهرية، تجد النساء العزاء والدعم العاطفي داخل الأسرة أو المجتمع. تُظهر الممارسات المجتمعية كيف يمكن للفهم والقبول أن يشكلوا تجربة النساء مع الدورة الشهرية بشكل إيجابي، مثل الاحتفال بأول دورة شهرية للفتيات وتقديم الهدايا كما ذكرت بعض المشاركات.

عادة ما يكون هناك تنوع في الممارسات المجتمعية، خاصة فيما يتعلق بالبلوغ. على سبيل المثال، تخبرني بعض الصديقات أن عائلاتهن تحتفل عند بلوغهن الدورة الشهرية لأول مرة وتمنحنهن المال أو الهدايا... لدي صديقة لديها خمس شقيقات والعديد من العمات وبناتهن، لذا يشعرن بأن الأمر طبيعي. أو ربما، على سبيل المثال، في إحدى الحالات، ارتدت إحدى قريباتي الحجاب وفهم الجميع أنها ارتدته لأنها بلغت سن البلوغ، لكن كان الأمر عاديًا، لم يكن حزينًا، على العكس، كان أمرًا بسيطًا ومصدر فخر لها، تحدثنا عن ذلك.

امرأة تبلغ من العمر *26* عامًا تعيش في إربد

على الرغم من الصعوبات والمشقة الكبيرة التي يسببها فقر الدورة الشهرية، تُظهر النساء مرونة شخصية وتحفيز ذاتي وهن يواجهن تعقيدات الدورة الشهرية. يتضح هذا بشكل أفضل من خلال شهادة ياسمين عن الاعتقال السياسي من قبل النظام السوري وهروبها في النهاية إلى تركيا حيث واصلت دراستها وتخصصت في التعليم الابتدائي.

تبلغ ياسمين ٣٢ عامًا، وهي متزوجة الآن ولديها طفلان. هربت من سوريا حوالي عام ٢٠١٥ وانتقلت إلى تركيا. في سوريا، تم اعتقالها مرتين من قبل النظام السوري في مسقط رأسها دمشق. خلال اعتقالها، تعرضت للإهمال والتحرش الجنسي والترهيب، وأفادت بأنها عانت من فقر الدورة الشهرية خلال فترة سجنها حيث لم تُزود النساء بمنتجات الدورة الشهرية، مع ذلك أظهرت النساء في السجن تضامنهن مع بعضهن البعض للحصول على الدعم، مما حافظ على كرامتهن وسط الإذلال. تأملت ياسمين كيف قادتها هذه التجربة إلى العمل من أجل حقوق النساء:

في النهاية، أعلم أنني يمكنني التحدث، لكن هناك الكثير من الفتيات اللاتي لا يستطعن ذلك. لذا، أشعر أن بعض الفتيات خائفات، وهناك أخريات لا زلن يخشين مشاركة تجاربهن، وهناك فتيات ما زلن لا يمتلكن القوة الداخلية لذلك، ما زلن مستنزفات من تجاربهن. وبالطبع، أنا متعبة، وبالتأكيد طبيعة التعب تختلف من فتاة إلى أخرى، تعرفين؟ بعد أن أصبحت ناجية بنفسي، كان هدفي العمل مع الناجين والناجيات من الاحتجاز. ربما لدي المزيد من القوة والشجاعة للتحدث عن هذه القضايا، وربما يعبر ذلك أيضًا عن ألم كثير تجاه الفتيات اللاتي لا يستطعن التحدث.

بعد أن لجأت إلى تركيا، واجهت ياسمين تحديات جديدة، لكنها وجدت الدعم من خلال المبادرات التي تستهدف الناجيات. لقد تعرفت تدريجيًا على الدعم النفسي المتاح، وتُظهر تأملاتها فهمًا للخوف والإرهاق اللذين يمنعان بعض الفتيات من مشاركة قصصهن.هي الآن نشطة في مجتمعها عبر الإنترنت وترفع الوعي حول فقر الدورة الشهرية. وتذكرنا تجربتها بقدرة النساء السوريات على الصمود والإصرار رغم التحديات الكبيرة التي يواجهنها. بسبب مرونتها خلال هذه التجارب، أصبحت ياسمين منخرطة بعمق في الدفاع عن حقوق الإنسان، خاصة ضمن السياق السوري.

٥. ملخص البحث

وجدت الدراسة الحواجز المشتركة التالية أمام صحة النساء الأردنيات والسوريات أثناء الدورة الشهرية في الوطن وفي الشتات:

التحديات العاطفية والجسدية المرتبطة بالبلوغ وبداية الدورة الشهرية تكون شديدة التأثير على الفتيات الصغيرات، وهو ما ظهر مع العديد من النساء اللواتي يتذكرن تجاربهن على أنها صادمة، ويفتقرن إلى الدعم من الأسرة والمعلمين. تشكل هذه التجارب السلبية علاقة النساء طويلة الأمد بصحتهن أثناء الدورة الشهرية، مما يظهر الحاجة إلى توجيه داعم مصحوب بالمعلومات الدقيقة الخالية من الوصمة خلال هذه الفترة الحرجة.

اعتماد النساء على الأمهات كمصدر رئيسي للتعليم موجود في كلا المجتمعين، لكن التعليم المقدم غالبًا ما يكون غير كافٍ، حيث يركز أكثر على النظافة الشخصية ولا يتطرق إلى الكثير من الجوانب الأخرى البيولوجية والإنجابية للدورة الشهرية، وهو ما يشكل ضرورةً للحفاظ على صحة النساء الشاملة وكرامتهن. يتفاقم هذا النقص بسبب المحظورات الثقافية التي تمنع النقاشات الصريحة الواضحة حول الدورة الشهرية والمشاكل الصحية المرتبطة بها.

أكدت كل من الأردنيات والسوريات زيادة الاعتماد على الموارد عبر الإنترنت من قبل النساء الأصغر سنًا، مما يشير إلى تغير في كيفية اكتساب المعرفة بالصحة أثناء الدورة الشهرية بالنسبة للأجيال المختلفة، خاصة في الأردن. ومع ذلك، تبقى إمكانية الوصول إلى المعلومات عبر الإنترنت وموثوقيتها مصدر قلق كبير. وتشكل التكاليف الباهظة أو عدم توافر المنتجات الشهرية، والقيود الجغرافية، وانتشار المعلومات الخاطئة تحديات إضافية للحصول على معلومات دقيقة حول صحة الدورة الشهرية.

على الرغم من أن التعليم الرسمي يمكن أن يوفر مساحات للتعلم عن الصحة أثناء الدورة الشهرية، إلا أنه لم تكن هناك علاقة مباشرة بين نقص المعرفة بالصحة أثناء الدورة الشهرية والمستوى التعليمي للنساء. أظهرت النساء ذوات الخلفيات التعليمية العالية أيضًا سوء استخدام للمنتجات الصحية.

يكشف هذا التحليل الحاجة المُلِحة لتحسين التعليم حول الصحة أثناء الدورة الشهرية والسعي لشمل جوانبه المختلفة، وزيادة الوصول إلى المعلومات الدقيقة. كما يؤكد على الحاجة إلى تحسين الوصول إلى المنتجات وخدمات الرعاية الصحية. يمكن أن تساعد معالجة هذه القضايا بشكل شامل في تخفيف التحديات العاطفية والجسدية التي تواجهها النساء، وتعزيز إدارتهنّ السليمة للصحة أثناء الدورة الشهرية والرفاه بشكل عام.

المُلحق:

الخبيرات اللاتي تم استشارتهن أثناء القيام بهذا البحث:

نوران المرصفي، من مصر - منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، باحثة حضرية وناشطة ديناميكية وراوية بصرية مقرها القاهرة. تشمل اهتماماتها المساواة بين الجنسين، العدالة المناخية، العمران العادل، والدفاع عن المجتمعات المهمشة. حاصلة على درجتي ماجستير في التصميم الحضري، وشاركت في مبادرات متنوعة لتعزيز حقوق المرأة والشباب في جميع أنحاء مصر. تشغل حاليًا منصب مديرة البرنامج الاجتماعي والبيئي في مكتب مؤسسة فريدريش إيبرت في مصر، كما تساهم كعضوة في مجلس إدارة مبادرة The Sex Talk بالعربية.[28]

حنين شاهين، من منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، تعمل كمستشارة للعدالة المناخية والعنف القائم على النوع الاجتماعي لصالح UKAid في القاهرة، كما تشغل منصب مديرة برنامج لصندوق النوع الاجتماعي، الذي يقدم الدعم للمنظمات المدنية المعنية بحماية ومساعدة النساء والفتيات والرجال ومنع العنف القائم على النوع الاجتماعي.

ديلاني ج. غلاس، أستاذة مساعدة في جامعة تورنتو وعالمة أنثروبولوجيا حيوية وثقافية تعمل بالأساس مع المجتمعات العربية في أمريكا الشمالية والأردن. يركز عملها على التجارب الصحية المتعلقة بالشدائد وعدم المساواة الاجتماعية، وتطور سن البلوغ، والصحة العقلية والنفسية، ورفاه الأطفال/ات والمراهقين/ات.

هديل عصام، من الأردن، صيدلانية وباحثة طبية تتمتع بخبرة ١٠ سنوات في قطاع الصيدلة. تمتد خبرتها إلى البحث الصيدلاني المتعلق بصناعة الأدوية والكتابة للمواقع الطبية التي توفر رؤى قيمة حول تقاطع الرعاية الصحية والعدالة الاجتماعية والمساواة بين الجنسين.

لمى راجح، من سوريا، صحفية مستقلة ومدربة إعلامية في شبكة الصحفيات السوريات[29] ضمن فريق «جندر رادار». تحمل درجة الماجستير في الإعلام. وهي ناشطة نسوية ومدافعة عن دمج سياسات مراعاة النوع الاجتماعي في التغطية الصحفية والعمل الإعلامي. يركز عمل لمى على اللغة النسوية وقضايا تمثيل المرأة، أو عدم تمثيلها، في وسائل الإعلام.

[28] لمزيد من الإطلاع على المبادرة، يرجى زيارة الموقع التالي: https://thesextalkarabic.com
[29] لمزيد من الإطلاع على الشبكة يرجى زيارة الموقع التالي: https://media.sfjn.org

دعاء محمد، خبيرة تطوير سورية وناشطة نسوية تم تهجيرها داخليًا في شمال غرب سوريا ولاحقًا عاشت وعملت في غازي عنتاب بتركيا بعد خروجها من سوريا. عملت في الاستجابة الإنسانية للزلزال في تركيا وتعمل مع منظمة تركز على قضايا المرأة. تعيش الآن في المملكة المتحدة وتعمل كمديرة برامج لشبكة الصحفيات السوريات.

هبة المحمد، ناشطة نسوية وخبيرة في النوع الاجتماعي، حاصلة على ماجستير في النوع الاجتماعي والتنمية، ويتركز عملها على بحث الحراك النسوي. تعاونت مع منظمات مختلفة، بما في ذلك الأمم المتحدة، البنك الدولي، المنظمات غير الحكومية المحلية، والحركات الشعبية داخل سوريا. تبحث الدراسة الأخيرة لها في تقاطع إدارة المياه وقضايا المرأة، خاصة في المناطق المتأثرة بتغير المناخ وأزمات المياه، مثل مسقط رأسها دير الزور. يتناول بحثها تأثير جهود تطوير المياه، وبناء السدود، وتقاطعها مع سياسات اللاجئين، خاصة بالنسبة للنساء العائدات من تركيا. بدأت هبة المحمد «مجموعة التنسيق النسائية» الناطقة باللغة العربية، والتي تضم أكثر من ٤٠٠ امرأة ناطقة باللغة العربية، لسن بالضرورة سوريات، وتعمل على دعم النساء في سوريا وربطهن بخدمات الجمعيات الخيرية والخدمات المهنية.

[30] لخلال الزلزال عام ٢٠٢٣، تصاعد نشاط «مجموعة التنسيق النسائية» حيث زاد عدد المجموعة من حوالي ٤٠ أو ٥٠ امرأة إلى ٤٠٠ امرأة. بدأت النساء في تركيا على سبيل المثال في التواصل مع أولئك الموجودات في سوريا، وحتى النساء في لبنان بدأن في التواصل مع المنظمات للحصول على الدعم فيما يتعلق بنظافة الدورة الشهرية. تعمل مجموعة التنسيق هذه على WhatsApp، مما يضمن مساحة مفتوحة وعامة للمناقشة والتنسيق، خاصة أثناء أزمات مثل الزلازل. بدأت المجموعة في مناقشة النظافة الصحية أثناء الدورة الشهرية خلال هذه الأزمة، مما أدى إلى خلق جهود تنسيقية ملحوظة.

عن تقاطعات

نحن مجموعة من الناشطات النسويات الشابات من جميع أنحاء الأردن نؤمن بقوة الوعي النسوي والتضامن في تغيير السرديات حول المساواة بين الجنسين ومشاركة الوعي النسوي بين النساء والفتيات. في عام 2020، أسسنا "تقاطعات"، استجابة للعدد المقلق من جرائم قتل النساء المروعة التي وقعت في البلاد واستمرار الفجوات بين الجنسين في المجالات القانونية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية. نهدف إلى المساهمة في الموجة الحالية من التعبئة والنشاط النسوي غير المسبوق عبر العالم العربي وصعود حركة نسوية شبابية راديكالية إقليمية تطالب بلا تردد بالأمان والاحترام والكرامة لجميع النساء والفتيات.

رؤيتنا هي مجتمع يتمتع بالعدالة والمساواة والحرية، حيث تتضامن النساء والفتيات في نضالهن المشترك. نهدف إلى بناء مساحات آمنة وداعمة تُمكّن النساء والفتيات من التعبير عن أنفسهن بحرية، ومواجهة الثقافة الأبوية والممارسات التمييزية والقوانين التي تقيد حرياتهن وحقوقهن.

نعتبر النسوية منهجية عمل ورؤية شاملة تتضمن فهم الأبعاد المختلفة لتجارب النساء والفتيات بعدسة تقاطعية ترى بأن تحقيق العدالة الاجتماعية يتطلب فهماً عميقاً لتقاطع أنظمة الاضطهاد وتأثيرها على الأفراد والمجتمعات المختلفة في تشكيل هوياتهم وتجاربهم.

التضامن هو قيمة أساسية في عملنا، نعمل على توحيد الجهود وبناء مساحات داعمة للنساء والفتيات. المساءلة هي مبدأ لا يمكن التنازل عنه، حيث نلتزم بالشفافية والمساءلة تجاه أنفسنا وتجاه المؤسسات التي نتعامل معها، ونرفض أي انتهاكات أو تجاوزات.

نهدف إلى أن نكون مجموعة تساهم في إنتاج ونشر المعرفة النسوية وخلق مساحات آمنة للنساء والفتيات. نؤمن بأن العمل المشترك يمكن أن يحقق تحولاً إيجابياً في المجتمع، يقود إلى تحقيق العدالة والاحترام والتعاون.

تقاطعات
Takatoat.org

عن بلان إنترناشونال

بلان انترناشونال منظمة تنمية مجتمعية دولية تُركز على الطفل تأسست في عام 1937 وتعمل مع الأطفال في البلاد النامية وتعمل مع أسرهم والمجتمعات المحلية والمنظمات والحكومات. وبلان هي منظمة عالمية فاعلة في اكثر من 80 بلد وتعمل من اجل حقوق الاطفال خاصة الفتيات.
تتمثل استراتيجية بلان في العمل مع الأطفال الأكثر عرضة للخطر وخاصة الفتيات حتى يتمكنوا من التعلم والقيادة واتخاذ القرارات والازدهار. ضمن هذه الاستراتيجية، لدينا طموح لتحويل حياة 100 مليون فتاة. رعاية الأطفال والعمل المجتمعي على مستوى القاعدة هما جزء أساسي من استراتيجيتنا لتحقيق هذا الطموح.

تسعى بلان إلى عالم عادل يعزز حقوق الأطفال والمساواة للفتيات من خلال:
- تمكين الأطفال والشباب والمجتمعات لإحداث تغييرات حيوية تعالج الأسباب الجذرية للتمييز ضد الفتيات، والإقصاء، والتعرض للخطر؛
- قيادة التغيير في الممارسات والسياسات على المستويات المحلية والوطنية والعالمية من خلال نطاق عملنا وخبرتنا ومعرفتنا بواقع الأطفال؛
- العمل مع الأطفال والمجتمعات للتحضير للأزمات والاستجابة لها؛
- دعم التقدم الآمن والناجح للأطفال من الولادة حتى البلوغ.

إخلاء المسؤولية: المصطلحات واللغة المقدمة في هذا التقرير مستمدة من الشهادات المباشرة التي قدمها الأفراد الذين تمت مقابلتهم أثناء هذا البحث. تعكس هذه المصطلحات وجهات النظر والتجارب الشخصية للأفراد الذين تمت مقابلتهم ولا تمثل موقف أو تفضيلات اللغة الخاصة بمؤسسة Plan International. إن إدراج مثل هذه المصطلحات هو فقط لغرض نقل السياق والروايات المشتركة بين المتأثّرين بدقة. تلتزم مؤسسة Plan International بالحياد الصارم في جميع مناطق الصراع ولا تؤيد أي وجهات نظر أو مصطلحات سياسية محددة.

PLAN INTERNATIONAL

حتى تتحقق المساواة للجميع

نبذة عن مشروع هي تقود (She Leads)

يهدف المشروع إلى المساهمة في إضفاء الطابع المؤسسي على المشاركة الهادفة مع تأثير الفتيات والشابات في كل من المؤسسات الرسمية وغير الرسمية. يهدف المشروع إلى تحقيق أهداف التنمية والالتزامات التي تركز على النوع الاجتماعي للأردن، بما في ذلك الهدف الخامس من أهداف الأمم المتحدة للتنمية المستدامة: "تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين جميع النساء والفتيات". لذلك، من خلال مشروع هي تقود، يركز عمل بلان انترناشونال على بيئة شاملة تتيح لجميع الأشخاص من الفتيت والشابات المشاركة في بيئة متنوعة مع كافة شرائح المجتمع. يهدف هذا المشروع الذي يمتد لخمس سنوات إلى: 1) تعزيز الأعراف الاجتماعية الإيجابية في الأردن لإطلاق إمكانات الفتيات والشابات، 2) تمكين المجتمع المدني في الأردن من تنفيذ البرامج المراعية للنوع الاجتماعي وتعزيز المشاركة الهادفة للشبكة العالمية للشباب، و3) تبني البيئة التشريعية الوطنية نهجًا يراعي النوع الاجتماعي بحلول عام 2025. من خلال مشروع هي تقود، تتماشى جهود بلان إنترناشونال مع التزامات الأردن لإصلاح القطاع العام ودمج تكافؤ الفرص على أساس مبادئ عدم التمييز. بالإضافة إلى ذلك، سيتم تنسيق الجهود جنبًا إلى جنب مع المشاريع الحالية للسفارة الهولندية، وخاصة تلك المتعلقة بقضايا النوع الاجتماعي وحقوق المرأة، مما يضمن أقصى مستوى من الاتصال والتآزر.

عن فريق العمل على البحث

الباحثة الرئيسية: بيسان جابر هي ناشطة وباحثة ومحللة متخصصة في النوع الاجتماعي والدراسات النسوية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، ولديها أكثر من عقد من الخبرة في مجالات التنمية، والصحافة، والتعليم. تشمل أبحاثها دراسات حول حركات التضامن، والحركات النسوية، والنساء في العالم العربي و/أو الإسلامي. حصلت على درجتي ماجستير: الأولى في الأدب الإنجليزي والنقد، والثانية في دراسات الشرق الأوسط. بالإضافة إلى ذلك، هي مدربة في أساليب البحث الاجتماعي والنسوي، ولها سجل من المشاركات العامة، بما في ذلك الكتابات والمحاضرات حول موضوعات مثل سياسة التضامن والنسوية العربية.

المترجمة إلى اللغة العربية: مريم البرعي
التحرير باللغة الإنجليزية: إليزابيث فان فلاندرن
التحرير باللغة العربية: بسنت الغنيمي
التصميم والرسومات: أيلول خليل
التنسيق: لميس الأزعر وآية الطاهر
المراجعة: بنان ابوزين الدين وعاشة عثمان

حزيران ٢٠٢٤

فقر الدورة الشهرية في سوريا والأدرن

She LEADS

PLAN INTERNATIONAL

حتى تتحقق المساواة للجميع

تقاطعات Takatoat.org